

1. 入院中

別紙 1

カテゴリ	サブカテゴリ	コード
児が入院したことに罪悪感・寂しさを感じる	児が傍にいないことを寂しく思う	C：最初はさみしかった。時間が経つとだいぶ落ち着きました。
	児が入院したことを申し訳なく思う	C：申し訳ない事をした
		B：赤ちゃん小っちゃく生んでしまった
分娩が大変だったと振り返り、まだ体調が万全ではないと感じる	お産を振り返り大変だったと思う	B：お産がとにかく大変だったから。意識がなくなったりして。最初は搾乳のことはあまり考えられなかったですね
	体調が万全でないことを実感する	B：身体はきついですね。肩こりとか。今も体調が万全じゃないな、という感じはします
	夜間授乳による身体的負担を感じる	A：夜中起きることが大変。きつい
母乳の利点を意識する	母乳で育てると児が強くなる、母親自身のダイエット効果があると聞いたことを覚えている	A：母乳で育てると強くなるって聞いた。友達が、母乳だと痩せるって言ってた。
	母乳は栄養があるということを意識し児に飲んでもらいたいと思う	B：母乳は栄養があるというか、とにかくいいと思うから。赤ちゃん小っちゃく生んでしまったし、たくさん飲んでほしいと思います。
	母乳分泌量増加を実感しやりがいを感じる	B：出始めたからやりがいが出てきました B：最初はシリンジだったけど、おっぱいが張ってきからは搾乳器でも出るんじゃないかと思った。
児が元気にしている様子を見たリ哺乳量が増加していることが励みになる	児の状態が良くなったり哺乳量が増えることが励みになる	C：赤ちゃんがだんだんよくなってきて。ミルクの量が5cc、15cc、25ccって増えて良かった。毎日飲む量が増えてる。
	児のちから強さを感じる	A：足の力も強くなってきててオムツ交換の時とか大変。
	周囲の存在が搾乳への原動力となる	A：同じ部屋の人が優しい。最初は夜に部屋で搾乳すると音がなるけん迷惑かって思ってたけど仲良くなってから気にならなくなった。「搾乳頑張ってね」って言ってくれる。手作りのスタイまで作ってくれて頑張ろうって思えた。
	周囲も母乳で育てている	A：友達も母乳で育てよって、子どもがすごい大きくなってる
	義母が搾乳器を買ってくれた	A：だんなのお母さんが退院してから使う搾乳器を買ってくれてる。搾乳器がいることを相談したらすぐ買ってきてくれた。ほんとにお母さん優しい。
	夫が児に没頭し搾乳に対して興味を持つ	A：だんなも子どもにメロメロやけんね。搾乳しる時も、どんな感じなん？って興味持ってる。赤ちゃんに吸われてる感じがするよ、って教えてあげた。
		A：とりあえずあげないかんと思う。毎日もっていかないかんし。
児の哺乳量に見合う搾乳をとどけなければならないという使命感	母親として搾乳を児のもとへ届けなければならないという思い	
	児の哺乳量増加に伴い搾乳量も増加させたいという思い	A：どんどん飲む量が増えていくけんね。
よりよい搾乳方法を模索する	夜間搾乳時に大変さを軽減できるよう工夫する	B：夜、眠い時は自動搾乳器で搾乳しています
	自分なりの方法で楽に搾乳出来る方法の模索	A：搾乳とったら次とるための搾乳器を部屋にもってきてる。準備してたら起きてすぐ出来るけん楽
	入院中に使用した搾乳器の中から自分の使いやすい搾乳器を選び、購入の参考にする	B：入院中に使っていた搾乳器の中でも使いやすいのとそうじゃないのがあった」「自分が使いやすいかったものと同じメーカーの搾乳器を準備しました
退院後の搾乳について思いをめぐらせる	退院後の搾乳へ意欲的である	B：退院後もがんばらないと
	退院後にどのような搾乳方法を選択するか考える	B：退院後はどうやって搾乳をしていこうか
	どのように生活リズムの中に取り入れていくか考える	B：今は一人だけ帰ったら家族もいるし、あれもこれももってなると3時間なんてあっという間に経ってしまいそう

2. 退院後

カテゴリ	サブカテゴリ	コード
乳房の張りや乳汁分泌量の変化を感じ取り対処しようとする	搾乳量をきにする	B：今は1回100～150mlくらいとれます。でも少ない時はあります。
	搾乳にかかる時間が増加したと感じ、少しずつでも搾乳しようと思う	A：搾乳量はあんまり変わらないと思うけど、やっぱり前みたいにはいかん。時間がかかる。ちよつとずつでも搾ろうと思う
	乳房の張りの減少や乳汁分泌低下を感じる	C：出なくなってきた
		C：最近あんまりおっぱいも張らない
搾乳という行為を継続することによる身体的・経済的負担を感じる	身体的疲労を感じる	C：とるのが大変になってきました。きつい。夜とか特に起きれないですね。
	毎回搾乳後に搾乳器の消毒を行うことが大変だと思う	B：搾乳器の消毒が大変。終わったと思ったらまたすぐ来るから。
	搾乳器の経済的負担を感じる	A：自分で買った搾乳機がゴムのできてるスポイドみたいなので搾るやつで、なかなか上手くいかん。病院で使ってたような搾乳機は楽やけど4000円くらいするけん高いな一と思って。
母乳継続に良い事をしようとするが継続が難しく、出来ないことに罪悪感を感じる	夜間搾乳をした方が良いと思いつつも寝てしまう	A：夜はやっぱり搾乳忘れて爆睡してしまう。朝になったらおっぱい張ってるからすぐ絞らなきゃ、って感じ。
	母乳を意識した食生活や夜間搾乳ができないことへの罪悪感	C：ケーキとかも本当は駄目なんでしょうけど食べちゃいますね。
		C：夜は時間が開いてしまう。
児を母乳で育てているということが自信につながる	児が母乳を飲んで体重が増えてきていることが自信につながり、直接授乳を楽しみに思う。	C：だれてきているのが申し訳ない
	自分の搾乳に自信が持てない	A：ほとんど母乳でいけてると思う。赤ちゃんも体重増えてきて嬉しい。もうすぐ保育器から出られるから直接母乳あげられるよって言われた。
		C：なんとか絞りだしたおっぱいって不味そう
搾乳に自信が持てず児が退院した後の授乳を不安に思う	児の退院後の授乳を不安に思う	C：あかちゃんが戻ってきててもこんなだったらどうしよう。
	児の哺乳量増加が励みとなる	B：飲めるとと頑張れる。今日は1回20ml飲んでました。
		C：でも赤ちゃんに飲んでもらいたいから
児に母乳を飲んでもらいたいという気持ちがあり、児の哺乳量に見合う搾乳量となるよう努力する	児に母乳を飲んでもらいたいと思う	C：一日60mlを8回飲んでるから、8バックは持っていくことを目標にしてるんですけど、どうしても6とか7バックしか取れない
	児が飲んでいるミルクの量を目標に搾乳を行う	B：時間が開くとすぐ張る。帰ったらすぐ搾乳しなきゃって感じる
	外出時に時間を気にする	A：出かけた時が困る。3時間くらい経つとおっぱい張ってくるけんそろそろ帰って搾乳せなあって思う。搾乳器持って外出してもいいけど、やっぱり時間かかるしトイレでするのも微妙やし。授乳室も探せばあるけど面倒だし、みんなが授乳してる中、搾乳するのは何か微妙だなって思う。
		B：実家なのでゆっくりしてます。寝れる時にねてるかな。
家族からの支援があることをありがたく思う一方で気を使う面もある	実家に帰ることでゆっくりと過ごすことができる。	C：母がきているので家事は楽です。
	実母から家事を手伝ってもらうことで楽になる	C：妊娠中から周りを気にせずにマッサージしてたから搾乳していても(乳房を周囲から見えないように)隠してやりなさいと言われてますね。
	家族が搾乳している母親に対して気をつかったり、母親が家族に気をつかったりする	C：牛乳とか飲んだら沢山でるんじゃないって気をつかってくれます。
	夫と一緒に面会に行く	C：夫もなるべく一緒に面会に行ってくれます。
搾乳量減少への対処として、NICUで児と接触したり、産科入院中に助産師に助言されたことを思い出し実践する。	入院中に助産師から搾乳分泌のために良いと言われたことを退院後も継続する	C：入院中に、自分から聞く前にマッサージの仕方とかを教えてもらって、助かりました。最近搾乳量が減ってきてるから、入院中に水分を沢山とったりマッサージすることが大切って言われたことを思い出して、やってます。
	NICUで児と触れ合ったり児を見ながら搾乳することが励みになる	C：NICUで赤ちゃんを抱っこしたり、赤ちゃん見ながら搾乳できるようにセッティングしてくれたりします。でも赤ちゃんの話をすることが多いので搾乳に関する相談はあまりしないですね。